ANWARUL
Jurnal Pendidikan dan Dakwah

e-ISSN : 2808-7895
p-ISSN : 2809-1043

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Crossef, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/anwarul.v4i6.4020

PENGARUH PERCEIVED PUBLIC STIGMA TERHADAP SIKAP MENCARI BANTUAN PROFESIONAL PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA

The Influence of Perceived Public Stigma on Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help Among University Students

Ghinanda Farras Basmura & Suci Rahma Nio
Universitas Negeri Padang
ghinandafarras23@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Sep 26, 2024	Oct 7, 2024	Oct 22, 2024	Oct 28, 2024

Abstract

Students are a group that is vulnerable to experiencing mental health problems. This is because they are in a transition period towards adulthood which is one of the most stressful times in human life. However, not all students are able to face all changes in life so that every human being needs a coping to deal with the problems they experience. One of the best coping to do is to seek professional psychological help. In this study, the influence of perceived public stigma to attitudes towards professional help seeking will be tested. This research method is quantitative with a linear regression research design. The subjects in this study were 115 students of Padang State University who had psychological problems. The research data were analyzed using SPSS 25 with a simple linear regression hypothesis test. The results of this study are that there is a significant influence of perceived public stigma on the attitude of seeking professional psychological help (F = 21.573; sig = 0.000) with an influence of 16% (R Square = 0.16).

Keywords : Perceived Public Stigma; Professional Help-Seeking

Jurnal Anwarul is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

Abstrak: Mahasiswa merupakan kalangan yang rentan mengalami masalah kesehatan mental. Hal ini dikarenakan mereka berada di masa peralihan menuju dewasa yang menjadi salah satu masa yang paling menekan dalam kehidupan manusia. Akan tetapi tidak semua mahasiswa mampu dalam menghadapi segala perubahan dalam hidup sehingga setiap manusia memerlukan suatu koping untuk menghadapi masalah yang mereka alami. Salah satu koping yang terbaik untuk dilakukan adalah mencari bantuan profesional psikologis. Dalam penelitian ini akan diuji ada atau tidaknya pengaruh *perceived public stigma* terhadap sikap mencari bantuan psikologis profesional. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian regresi linear. Subjek pad apenelitian ini merupakan 115 orang mahasiswa Universitas Negeri Padang yang memiliki masalah psikologis. Data penelitian ini dianalisis menggunakan SPSS 25 dengan uji hipotesis regresi linear sederhana. Hasil dari penelitian ini adalah terdapatny pengaruh perceived public stigma secara signifikan terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologis (F = 21,573; sig = 0.000) dengan pengaruh sebesar 16% (R Square = 0.16).

Kata Kunci : *Perceived Public Stigma;* Sikap Mencari Bantuan Professional Psikologis

PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan mental menjadi topik yang sangat disuarkan saat ini. Kesehatan mental sangat berperan dalam performa individu di kehidupan sehari hari, hal ini mempengaruhi cara seseorang berpikir, bertindak, dan membuat keputusan (Gross et al., 2019). Permasalahan kesehatan mental di Indonesia saat ini semakin meningkat dengan hasil yang ditunjukkan oleh Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dimana pada tahun 2013 prevalensi penderita gangguan mental emosional pada usia ≥15 tahun adalah sebanyak 6% dan kemudian meningkat menjadi 9,8% pada tahun 2018.

Salah satu masa dalam kehidupan manusia yang paling menekan adalah masa dewasa awal atau disebut dengan *emerging adulthood.* Pada masa ini, manusia mengalami berbagai transisi mulai dari pendidikan, tempat tinggal, hubungan dengan orang lain, dan peran di sosial masyarakat. Berbagai perubahan besar yang terjadi pada masa ini mengakibatkan gejolak dan ketidakpastian serta menimbulkan dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental (Arnett et al., 2014). Sebagian besar mahasiswa merupakan individu yang berada dalam tahap ini.

Dalam berbagai transisi dan tantangan yang dialami oleh mahasiswa, tidak semua mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan tantangannya yang akan berujung kepada terjadinya masalah terhadap kesehatan mental mereka. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa terdapat banyak mahasiswa sering menghadapi stres, kecemasan, depresi dan gangguan psikologis lainnya selama berkuliah (Setyanto, 2023). Gangguan kesehatan mental

dapat berdampak pada pencapaian akademik, pengelolaan emosi, dan juga keberfungsian dalam relasi sosial (Agnafors et al., 2021).

Rickwood et al. (2005) mengungkapkan bahwa mencari bantuan efektif sebagai strategi koping karena individu dapat menyadari masalah yang dimiliki dan secara aktif mencari cara untuk menyelesaikannya. Rickwood et al. (2005) menjelaskan bahwa salah satu sumber mencari bantuan adalah bantuan formal yaitu kepada profesional psikologis seperti psikolog, psikiater, dan konselor yang dalam hal ini sudah memiliki keahlian yang telah terlisensi. Mencari bantuan untuk masalah psikologis kepada sumber informal seperti teman dan keluarga mungkin akan menunda proses yang lebih awal untuk intervensi (Oluyinka, 2011).

Sikap merupakan suatu konstruk yang mendasari prilaku seseorang dalam mencari bantuan psikologis. Sikap mencari bantuan psikologis profesional merupakan kecendrungan untuk mencari atau menolak bantuan profesional psikologis (Fischer & Turner, 1970). Bathje dan Prior (2011) mengungkapkan bahwa sikap negatif memiliki kaitan dengan intensi yang lebih rendah untuk mencari bantuan profesional psikologis. Walaupun pada masa ini mencari bantuan profesional sudah tidak terlalu tabu untuk didengar, tetapi masih banyak individu enggan mencari bantuan ke profesional disebabkan oleh berbagai hambatan. Salah satu faktor seseorang enggan mencari bantuan ke profesional psikologis adalah stigma (Topkaya, 2021).

Stigma terkait masalah psikologis yang umum terjadi adalah menganggap seseorang yang memiliki masalah psikologis adalah orang yang lemah, tidak kompeten, dan tidak memiliki kekuasaan atas dirinya sendiri (Pace et al., 2018). Menurut Corrigan (2004) Stigma publik didefinisikan sebagai stereotipe dan prasangka negatif yang dimiliki masyarakat umum tentang penderita gangguan mental. stigma masyarakat yang dirasakan akan mengarah kepada konstruk *perceived public stigma*, yang menggambarkan proses bagaimana individu mempersepsikan stigma masyarakat akan gangguan mental.

Penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang beragam terkait pengaruh *perceived public stigma* terhadap sikap mencari bantuan profesional. Penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang beragam terkait pengaruh *perceived public stigma* terhadap sikap mencari bantuan profesional. Penelitian oleh (Downs & Eisenberg, 2012; Özdemir et al., 2023) menemukan adanya pengaruh *perceived public stigma* terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologis sedangkan penelitian oleh (Eisenberg et al., 2007; Maya, 2021;

Wodong & Utami, 2023) tidak menemukan adanya pengaruh *perceived public stigma* terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologis dengan subjek mahasiswa secara umum. Oleh karena itu, peneliti hendak mengerucutkan sampel kepada mahasiswa yang memiliki maslah psikologis. Maka pada penelitian ini akan dilihat ada atau tidaknya pengaruh *perceived public stigma* terhadap sikap mencari bantuan profesional psikologis.

METODE

Metode penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa yang mengalami masalah psikologis. Sampel pada penelitian ini berjumlah 115 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive accidental sampling* dimana sampel diambil berdasarkan yang ditemui secara kebetulan yang bersedia untuk berpatisipasi dalam penelitian dan memenuhi kriteria yang telah ditentukan. Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah (1) Mahasiswa aktif D3/S1 Universitas Negeri Padang; (2) Berusia 18-25 tahun; (3) memiliki gejala masalah psikologis umum.

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu *perceived public stigma* sebagai variabel bebas dan sikap mencari bantuan profesional psikologis sebagai variabel terikat. Skala pengukuran yang dipakai merupakan skala likert. Terdapat dua skala yang digunakan dalam penelitian ini. Variabel *perceived public stigma* diukur dengan menggunakan skala *perceived determination and discrimintaion* oleh Link (1987) yang telah diadaptasi oleh (Maya, 2021) dengan jumlah item 12 buah. Reliabilitas skala ini adalah 0.807. Variabel sikap mencari bantuan profesional psikologis diukur menggunakan skala Inventory of Attitudes Towards Seeking Mental Help Services oleh Mackenzie (2004) yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Reliabilitas skala adalah 0.883. Jumlah item dalam skala adalah 23 item. Contoh item adalah "Saya tidak ingin orang-orang terdekat saya mengetahui masalah psikologis yang saya alami". Analisis data dilakukan dengan dengan uji normalitas, uji linearitas, uji koefisien determinasi, uji f, dan uji t. Analisis dilakukan dengan menggunakan IBM SPSS 25.

HASIL

Deskripsi data dalam penelitian ini dinyatakan dalam skor hipotetik (didapatkan dari alat ukur) dan skor empiric (didapatkan dari subjek penelitian) dimana hal ini berisi skor minimum, skor maximum, mean, dan standar deviasi.

Tabel 1. Skor Hipotetik dan Empirik Variabel X dan Y

Variabel	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Sikap mencari bantuan psikologis profesional Profesional	30	84	**60**	8	23	92	**57.5**	11.5
Perceived Public Stigma	14	37	**25.5**	5.5	10	40	**25**	5

Berdasarkan tabel diatas, diketahui skor mean empirik dari kedua variabel memiliki nilai yang lebih besar skor mean hipotetik (Sikap mencari bantuan professional psikologis 60>57.5; *perceived public stigma* 25.5>25

Uji normalitas dilakukan dengan *kolmogrov-smirnov* dimana hasil uji dilihat pada nilai asymp. Sig (2-tailed). Jika nilai asymp. Sig (2-tailed) > 0.05 maka data berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil Uji *Normalitas Kolmogrov-Smirnov*

Asymp. Sig. (2-tailed)	Kesimpulan
0.200	Normal

Untuk menguji asumsi linearitas, maka digunakan nilai deviation from linearity dan membandingkannya dengan nilai signifikansi 0.05. Dalam pengambilan Keputusan jika nilai sig. deviation from linearity > 0.05, maka terdapat hubungan linear antara variabel *perceived public stigma* dengan sikap mencari bantuan psikologis professional.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Variabel Terikat	Variabel Bebas	*Sig.*
Sikap Mencari Bantuan Psikologis	*Perceived Public Stigma*	0,556

Uji hipotesis dilakukan dengan analisis regresi linear sederhana untuk melihat pengaruh perceived public stigma terhadap sikap mencari bantuan psikologis professional. Pada hal ini akan dilakukan uji f, uji t

Tabel 4. Hasil Uji F

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	*Sig/*
Regression	1115.973	1	1115.973	21.573	.000
Residual	5851.466	112	52.245		
Total	6967.439	113			

Tabel diatas menunjukkan nilai F sebesar 21.573 dan nilai signifikansi sebesar 0.000<0.05 yang menandakan bahwa model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variable sikap mencari bantuan professional psikologis dengan kata lain adanya pengaruh perceived public stigma (variabel X) terhadap sikap mencari bantuan psikologis professional (variabel Y).

Tabel 5. Hasil Uji t

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std Error	Beta		
(Constant)	77.373	4.450		17.386	.000
Perceived Public Stigma	-.847	.182	-.400	-4.645	.000

Tabel 3 menunjukkan nilai constant (a) sebesar 77.373, sedangkan nilai *perceived public stigma* (b) sebesar -0.847, dengan persamaan regresi Y = a+bX. Persamaan tersebut mengandung arti bahwa nilai konsisten sikap mencari bantuan professional psikologis adalah sebesar 77.373. Sedangkan nilai koefiesien regresi X adalah sebesar -0.847 yang bernilai negative. Jadi, dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap variabel Y adalah negatif.

Tabel 3 juga menunjukkan nilai signifikansi adalah 0.000 > 0.05 yang menandakan bahwa variabel *perceived public stigma* (variabel X) berpengaruh terhadap sikap mencari bantuan professional psikologis (variabel Y).

Tabel 6. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.400[a]	.160	.153	7.196

Tabel diatas menunjukkan nilai R Square adalah 0.160 yang menunjukkan bahwa perceived public stigma berpengaru sebanyak 16% terhadap sikap mencari bantuan profesinal psikologis, dimana 84% lainnya dipengaruhi oleh factor lain di luar penelitian ini.

PEMBAHASAN

Sebagian besar mahasiswa berada pada masa *emerging adulthood* dimana pada masa ini individu mengalami berbagai transisi kehidupan. Tetapi tidak semua mahasiswa mampu mengatasi segala transisi yang terjadi di kehidupan mereka dan membuat kalangan ini rentan mengalami masalah psikologis. Mencari bantuan kepada professional psikologis merupakan salah satu cara koping yang efektif bagi individu yang merasa memiliki masalah psikologis, karena professional psikologis memiliki pengetahuan dan keahlian dengan metode pengobatan yang ilmiah. Tetapi, stigma yang ada di masyarakat menjadi salah satu faktor kurangnya minat seseorang mencari bantuan professional. Oleh karena itu penelitian ini dilakukan untuk melihat seberapa besar pengaruh *perceived public stigma* terhadap sikap mencari bantuan professional psikologis.

Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana didapatkan bahwa adanya perngaruh *perceived public stigma* terhadap sikap mencari bantuan professional psikologis pada mahasiswa yang terindikasi masalah psikologis. Nilai korelasi (R) yang didapatkan adalah sebesar 0.400 dan nilai koefisien determinan (R-Square). Dari nilai R-Square tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel X (perceived public stigma) memiliki pengaruh sebanyak 16% terhadap variabel Y(sikap mencari bantuan professional psikologis). Arah hubungan antar variabel adalah negatif dimana semakin tinggi perceived public stigma maka semakin negatif sikap mencari bantuan professional psikologis, Sebaliknya semakin rendah perceived public stigma, maka sikap mencari bantuan professional psikologis akan semakin positif.

Pada penelitian sebelumnya, terdapat inkonsistensi hasil penelitian dimana penelitian oleh (Maya, 2021; Wodong & Utami, 2023) mengungkapkan tidak adanya pengaruh *perceived*

public stigma terhadap sikap mencari bantuan professional. Maka dari itu, subjek penelitian dari penelitian ini dispesifikkan kepada mahasiswa yang terindikasi mengalami masalah psikologis. Individu yang memiliki masalah psikologis lebih merasakan stigma yang diberikan masyarakat terhadapnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Özdemir et al. (2023) perceived social stigma berpengaruh negatif terhadap pembentukan sikap yang positif terhadap mencari bantuan professional psikologis, dalam arti jika persepsi individu terhadap stigma masyarakat tinggi, maka sikap terhadap mencari bantuan kepada professional akan menjadi negatif. Sikap negatif terhadap bantuan professional dapat mengurung intensi individu mencari bantuan professional. Penelitan oleh Alluhaibi & Awadalla (2022) juga mengemukakan bahwa stigma berhubungan negatif dengan sikap terhadap mencari bantuan professional.

Berdasarkan nilai skor empirik dan hipotetik variabel X (*perceived public stigma*) dan variabel Y (sikap mencari bantuan professional psikologis) terlihat bahwa kedua skor memiliki nilai yang tidak jauh berbeda (Sikap mencari bantuan professional psikologis 60>57.5; *perceived public stigma* 25.5>25). Perbedaan skor yang tidak terlalu jauh tersebut menandakan bahwa sikap mencar bantuan professional psikologis dan *perceived public stigma* pada mahasiswa yang memiliki masalah psikologis adalah **sedang.**

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif *perceived public stigma* terhadap sikap mencari bantuan psikologis profesional pada mahasiswa Universitas yang memiliki masalah psikologis dimana memiliki arti semakin tinggi perceived public stigma maka akan semakin rendah sikap mencari bantuan psikologis profesional. Hasil penelitian juga mengungkapkan pengaruh *perceived public stigma* terhadap sikap mencari bantuan psikologis profesional pada mahasiswa Universitas yang memiliki masalah psikologis adalah sebanyak 16%.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan limitasi yang dtemukan dalam penelitian ini, maka peneliti mengajukan beberapa saran untuk menjadi pertimbangan pada penelitian berikutnya.

1. Penelitian selanjutnya dapat memperluas sampel agar mendapatkan hasil yang representatif
2. Peneliti selanjutnya dapat mengkaji self stigma yang mungkin akan berperan dalam

hubungan antara *perceived public stigma* dan sikap mencari bantuan psikologis professional

3. Peneliti selanjutnya dapat mencari variabel lain yang mungkin akan berpengaruh terhadap sikap individu terhadap mencari bantuan profesional psikologis seperti literasi kesehatan mental dan *perceived social support.*

DAFTAR PUSTAKA

Agnafors, S., Barmark, M., & Sydsjö, G. (2021). Mental health and academic performance: a study on selection and causation effects from childhood to early adulthood. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *56*(5), 857–866. https://doi.org/10.1007/s00127-020-01934-5

Alluhaibi, B. A., & Awadalla, A. W. (2022). Attitudes and stigma toward seeking psychological help among Saudi Adults. *BMC Psychology*, *10*(1), 1–10. https://doi.org/10.1186/s40359-022-00923-4

Arnett, J. J., Žukauskiene, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18-29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, *1*(7), 569–576. https://doi.org/10.1016/S2215-0366(14)00080-7

Bathje, Geoff; Prior, J. (2011). The Relationship of Public and Self Stigma to Seeking Mental Health Services. *Journal of Mental Health and Counseling*, *33*(2), 161–176.

Corrigan, P. (2004). How stigma interferes with mental health care. *American Psychologist*, *59*(7), 614–625. https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.7.614

Downs, M. F., & Eisenberg, D. (2012). Help seeking and treatment use among suicidal college students. *Journal of American College Health*, *60*(2), 104–114. https://doi.org/10.1080/07448481.2011.619611

Eisenberg, D., Golberstein, E., & Gollust, S. E. (2007). Help-seeking and access to mental health care in a university student population. *Medical Care*, *45*(7), 594–601. https://doi.org/10.1097/MLR.0b013e31803bb4c1

Fischer, E. H., & Turner, J. L. B. (1970). "Orientations to Seeking Professional Help: Development and Research Utility of an Attitude Scale": Erratum. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *35*(3), 375. https://doi.org/10.1037/h0020198

Gross, J. J., Uusberg, H., & Uusberg, A. (2019). *Mental illness and well-being: an affect regulation perspective*. *18*, 130–139.

Link, B. G. (1987). Understanding Labeling Effects in the Area of Mental Disorders: An Assessment of the Effects of Expectations of Rejection. *American Sociological Review*, *52*(1), 96. https://doi.org/10.2307/2095395

Maya, N. (2021). Kontribusi Literasi Kesehatan Mental dan Persepsi Stigma Publik terhadap Sikap Mencari Bantuan Profesional Psikologi. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, *7*(1), 22. https://doi.org/10.22146/gamajop.58470

Oluyinka, O. (2011). Psychological predictors of attitude towards seeking professional psychological help in a Nigerian university student population. *South African Journal of Psychology*, *41*(3), 310–327. https://doi.org/10.1177/008124631104100306

Özdemir, Ö., Kaya, Y., & Adagide, S. (2023). Nursing Students' Attitudes Toward Seeking Psychological Help Associated to Self-Stigma and Perceived Social Stigma. *Journal of Caring Sciences*, *12*(4), 221–227. https://doi.org/10.34172/jcs.2023.33094

Pace, K., Silk, K., Nazione, S., Fournier, L., & Collins-Eaglin, J. (2018). Promoting Mental Health Help-Seeking Behavior Among First-Year College Students. *Health Communication*, *33*(2), 102–110. https://doi.org/10.1080/10410236.2016.1250065

Pedersen, Eric R.; Paves, A. P. (2009). NIH Public Access. *Neuron*, *61*(1), 1–7. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2014.05.017.Comparing

Rickwood, D., Deane, F. P., Wilson, C. J., & Ciarrochi, J. (2005). Young people's help-seeking for mental health problems. *Australian E-Journal for the Advancement of Mental Health*, *4*(3), 218–251. https://doi.org/10.5172/jamh.4.3.218

Setyanto, A. T. (2023). Deteksi Dini Prevalensi Gangguan Kesehatan Mental Mahasiswa di Perguruan Tinggi. *Wacana*, *15*(1), 66. https://doi.org/10.20961/wacana.v15i1.69548

Topkaya, N. (2021). Predictors of attitudes toward seeking professional psychological help among Turkish college students. *Children and Youth Services Review*, *120*(September 2020), 105782. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105782

Wodong, G. M. A., & Utami, M. S. (2023). The Role of Mental Health Knowledge and Perceived Public Stigma in Predicting Attitudes towards Seeking Formal Psychological Help. *Jurnal Psikologi*, *50*(1), 1. https://doi.org/10.22146/jpsi.71727